



## Bulletin de liaison de l'Association SEL en Durance

Association SEL en Durance - Maison de la Culture et des Associations  
167.rue Résini - 84120Pertuis  
Permanence chaque Vendredi de 11h à 12h à « Pause Café » à Pertuis  
Site : <http://www.selendurance.org>

### Bienvenue aux nouveaux Séliens :

Vérica (79) - André R (80) - Anne-Marie L (300) - Christelle (83) - Michel (82)

### Dates des Prochains évènements du SEL:

- Soirée d'échanges Sel en DURANCE : **le Samedi 5 août 2006** chez Anne-Marie et Jean-Claude (plan en fin de Galette)
- Soirée accueil des nouveaux adhérents : Date à définir pour Octobre
- Réunion du Collectif : **le jeudi 07 sept**, Chez Paule et Roger.
- Prochaine Galette : **le 22 septembre.**

### **Comment se procurer la Galette ?**

- Par Courriel
- Aux permanences
- Par courrier en fournissant 5 enveloppes au format 1/2 A4 à votre adresse, timbrées à 0,82 €
- A domicile par un voisin Sélien

### Collecteurs et Rédacteurs Galette :

Monique	N° 39
Paule & Roger	N° 72
Claude	N° 53
Jean-Claude et Anne-Marie	N° 129

**Bourse SEL de L'Huveaune**  
le Dimanche 30 Juillet  
OUVERT à Tous les SELS

Contact renseignements : JANY au 04-42-72-72-59

**Huile comme Carburant Diesel :**  
De 30 à 50% sans intervention  
Et 100% avec intervention d'un mécano  
<http://www.roulemafrite.org>

## **Rencontre Intersels Nationale Annuelle d'AMIENS**

**Vous avez déjà reçu des infos sur ces Rencontres, vous pouvez les retrouver**

- sur notre site : <http://www.selendurance.org>

- et sur : <http://www.selidaire.org/spip/>

La date butoir, pour réserver un lit dans un dortoir est le 10 AOUT 06

Si ces rencontres vous intéressent, pour vous inscrire, avoir des infos plus récentes, et mettre en place un co-voiturage, vous pouvez contacter, rapidement :

Claude R (53) au 04 90 79 16 84, le soir.

**Monique**

### **Journée des Associations le Samedi 9 Septembre.**

Les volontaires qui voudront faire les permanences, ce jour là, peuvent se faire connaître dès maintenant, et s'inscrire à la Permanence du Vendredi. Merci d'avance.

#### **NOUVEL ATELIER:**

#### **SOUFFLE VOIX**

Si vous souhaitez entretenir et / ou améliorer votre souffle et les qualités de votre voix, nous proposons un atelier pour un petit groupe, sans prétention mais dynamique et régulier.

- Tout étant lié ce travail portera aussi bien sur la détente, la respiration, les vocalises, l'écoute des résonances. . . .

Cet Atelier pourrait démarrer en Septembre.

**(Contacter Claude N° 70)**

Le Collectif se réunira le Jeudi 7 Septembre chez Paule et Roger à 19h30, avec repas partagé. Tous les adhérents peuvent nous rejoindre.

**Penser à mener vos couverts. Merci d'avance**

Nous avons eu des problèmes informatiques et il se peut que certains articles, ou certaines offres et demandes ne soient pas présents dans cette Galette. Nous vous prions de nous en excuser et nous vous demandons de nous les refaire passer en mettant 3 adresses : Monique, Jean-Claude et Paule. Merci d'avance

## CAFE PHILO du 10 Juin 2006

Nous habitons tous le même monde, mais nous vivons des monde différents... ce que nous oublions souvent... (Cyrulnik)

Le papillon vit dans un monde d'odeurs

Les chiens y voient mal, mais entendent les ultrasons.

Nous sommes les seuls à parler et à avoir accès à un monde de pensées à un monde d'imperçus.

On a les pieds sur terre et la tête dans les étoiles . . . . .

L'être humain a la notion de la temporalité, ce qui fait qu'il est porteur, en permanence, du présent du passé et du futur . . . . .

La liberté consciente de l'homme pose l'existence du choix, donc de sa responsabilité . . . . .

Etre seul ce n'est pas être. (Cyrulnik)

Etre humain c'est vivre avec nos différences, la rencontre, le partage, L'échange, la compassion . . . . .

**Prochain CAFE PHILO « ? ? ? » le 23 Septembre 2006**

Le sujet sera celui qui sera proposé par les participants suite à leur réflexion pendant les vacances.

Lieu à préciser à la rentrée.

« à méditer »

Prends le temps d'aimer

**C'est le secret de l'éternelle jeunesse**

Prends le temps de lire

**C'est la source du savoir**

Prends le temps d'écouter

**C'est la force de l'intelligence**

Prends le temps de penser

**C'est la clef de la réussite**

Prends le temps de jouer

**C'est la fraîcheur de l'enfance**

Prends le temps de rêver

**C'est un souffle de bonheur**

Prends le temps de rire

**C'est la musique de l'âme**

Prends le temps de pleurer

**C'est l'émotion d'un grand coeur**

Prends le temps de VIVRE

**Car le temps passe vite et ne revient jamais**

## PETIT COMPTE RENDU POUR L'ACCUEIL DES NOUVEAUX ADHERENTS Du 27 MAI 2006

On remercie Paule et Roger d'avoir ouvert leur maison pour recevoir cette première rencontre entre nouveaux adhérents :

Christine 67, Geneviève 136, Claude 70, Alda 85, Pascal 286, Jeanne 76, Aldjia 85, **Josiane 68, Véronique 84**, quelques anciens adhérents (Paule Roger, Pascal Z, Claude R, Monique L, Anne-Marie, Jean-Claude A), quelques personnes excusées, (excusez nous si nous en oublions), initiative très appréciée par tous les participants.

Dans un cadre idyllique, en pleine nature, et autour d'une table abondamment garnie par tous, chacun ayant concocté un petit plat avec "amour" et prêt à le partager en toute convivialité, après le "sacro-Saint apéritif »

On fit un tour de table afin que chacun puisse se présenter, et expliquer ses attentes et aspirations au sein du "SEL EN DURANCE". Cela a permis à certains de se sentir moins isolés ou perdus et de pouvoir mettre des visages sur des noms.

Dans la bonne humeur les échanges d'idées ou de projets ont pu commencer à fuser. CLAUDE (70) nous a parlé de ses compétences vocales et de l'intérêt qu'elle aurait à partager celles-ci avec d'autres personnes, dans un atelier permettant de travailler la respiration en corollaire avec la voix (n'hésite pas à rectifier ce que l'on dit Claude, au cas où nous aurions mal compris. C'était après l'apéro !!! )))

.Il a été aussi question de recettes de cuisine à partager ou échanger, notamment Jeanne et ses connaissances en cuisine vietnamienne (très recherchée par certains convives!!! ;-)), ceci débouchant sur l'idée lumineuse **d'un atelier " cuisine"** pour les échanges de recettes, savoir faire, astuces, non réservé qu'aux bons vivants!!! ;-)) Idée géniale lancée par JOSIANE (68) qui est prête à centraliser les appels des intéressés (gourmands ne pas s'abstenir!! ;-)) pour la création de cet atelier.

En tant que nouvelles adhérentes, Jeanne et Aldjia, nous ont expliqué l'importance, à leurs yeux, de cette réunion pour continuer à faire partie d'une si belle aventure humaine que représente "LE SEL en DURANCE».

Nous sommes arrivés tous à la conclusion que pour la pérennité de l'association, un effort de volonté et de ténacité est nécessaire de la part de chacun, pour aller à la rencontre des autres, en laissant de côté, si possible, cette "vilaine" timidité, peur du jugement ou d'importuner, qui peut nous empêcher d'être ouvert aux autres.

Nous pensons qu'il serait souhaitable de renouveler l'expérience de rencontre entre "Seliens", autres que les bourses ou réunions du collectif (quelque soit le lieu, chez un particulier ou dans un parc!), afin qu'un lien social et humain se crée entre les personnes et qu'ainsi les "wagons" puissent devenir des "locomotives" et vice-versa...

Qu'en pensez vous??? A quand la prochaine?????

N'hésitez pas à nous faire part de vos avis et idées, nous sommes ici pour partager, le "bon" comme le "mauvais".

Et encore merci à la générosité et à la fraternité de Paule et Roger, sans qui cette réunion n'aurait pu avoir lieu.

**Josiane et Véronique**

Date pour l'atelier Cuisine à définir et à paraître dans la prochaine Galette N°65

### ***Nos impressions sur la réunion du Collectif le 1<sup>o</sup> juin 2006 chez Monique Berger***

Nous étions heureux d'être accueillis chez Monique- pour la première et dernière fois avant son déménagement- et de retrouver la bande des anciens agrandie de quelques nouveaux.

L'absence d'ordre du jour nous a un peu surpris, mais Monique a su improviser et Maurice a rapidement enchaîné sur le compte rendu de l'atelier tai-chi, suivi par Agathe au budget, Monique L. pour la prochaine rencontre nationale des Sels et en finale une minutieuse préparation de la bourse en fête du 17 juin par Monique B. et Françoise. Pour ce qui est des autres ateliers nous sommes restés sur notre faim : que sont ils devenus ?....

Profitant de la présence de la majorité des responsables du Collectif, nous avons à nouveau posé la question de la déclaration en préfecture de l'ensemble du Collectif : il semblerait que les choses n'avancent pas aussi vite que prévu à l'AG de décembre 2005. Souhaitons bon courage à ceux qui s'en occupent....

Et bien sur, le meilleur moment de la soirée fut le repas partagé ou enfin la parole circula plus librement entre les participants

Georgette et André

Nous vous proposons cette pensée de Gandhi :

"La condition première de l'humain c'est un peu d'humilité, un peu de doute par rapport à la justesse de sa conduite et un peu de réceptivité"

Georgette et André

### **A propos du TAI CHI (Marie R 122)**

Des milliers d'êtres humains en ont assez d'aller de déception en catastrophe, ils ont choisi la voie de la santé naturelle.

Certains disent : c'est génétique, c'est l'entourage, c'est psychosomatique.

En ce qui me concerne et pour dépasser le « mal être », rien ne vaut les paroles et les gestes de Maurice quand il enseigne le Tai Chi Chuan.

Etre concentré, ressentir et être, tout simplement.

En conclusion : que du bien !!!

## L'Intersel chez Françoise Croizat « Chica » à Puyricard le 17 juin 2006

Après une petite ondée, le soleil fût là.

Plusieurs SELS présents : Clément de Bézier, Salon de Provence, L'Huveaune, ....

En Exposition des peintures de Régine, des œuvres de Robert, et d'autres artistes hors SEL étaient là pour exposer leurs ouvrages, sculptures, peintures bois tourné, fer forgé,.....

La bourse d'échange a bien fonctionné. En fin de soirée d'autres amis sont venus renforcés l'ambiance.

Musique et danses furent très appréciées.

Cette ouverture hors SEL a été réussie .A refaire.

Merci à « Chica »

## Plan pour la bourse du 05-août-2006 chez Jean-Claude et Anne-Marie à Mirabeau

